

STAGE ZUMBA FITNESS Débutants : (les chorégraphies sont simples)
(meringué, bachata, samba, salsa, hip-hop, bellydance) se détendre et se défouler
sur des rythmes latino,

le Samedi 10 Décembre 2011 de 10 h à 11 h 30 ou de 11 h 30 à 13 h Tarifs : 12
EUR/ pers

le Samedi 21 Janvier 2012 le Samedi 11 Février 2012 et le Samedi 10
Mars 2012

de 10 h à 11 h 30 ou de 11 h 30 à 13 h Tarifs : 12 EUR/ pers.

STAGE DE SALSA Débutant : Samedi 21 Janvier 2012

de 10 h à 12 h 30 Tarif : pour 1 personne : 18 EUR Couple 33 EUR

STAGE DE ROCK Débutant : Samedi 21 Janvier 2012

de 13 h 30 à 16 h Tarif : pour 1 personne : 18 euros Couple 33 EUR

STAGE DE DANSES DE SALON Tango, Paso, Valse Débutant : Samedi
21 Janvier 2012

de 16 h à 18 h 30 Tarif : pour 1 personne 18 EUR couple 33 EUR

STAGE FITNESS LA METHODE PILATES :

Fondamentalement, le Pilates convient à toute personne désireuse de faire quelque
chose pour sa forme, sa santé et plus particulièrement sa posture.

L'entraînement se compose de mouvements doux et pourtant très efficaces.

le Samedi 28 Janvier 2012 de 10 h 30 à 12 h tarif : 12 EUR

STAGE DANSE ORIENTALE TRIBAL Samedi 28 Janvier 2012 de 10 h à
13 h tarif : 20EUR

GRANDE SOIREE DANSANTE LE SAMEDI 3 MARS
2012

Animée par l'orchestre MAXIME ET BERNARD

Rendez vous à la salle de la Ficelle 65 Bd des Canuts 69004 Lyon à partir de 20h30

Tarif: 11EUR par personne (attention réservez vos places à l'avance)